

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-516, Б-22, Ж-32, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-3, На-1509, К-239, Са-53, Mg-95, P-169, Fe-4	.053/53	<i>Бифстроганов</i>	90-28
ЭЦ-230, Б-6, Ж-5, У-39, Вит.РР-1, На-2170, К-70, Са-32, Mg-10, P-54, Fe-1	.160	<i>Макаронные изделия отварные</i>	17-60
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	<i>Компот из сухофруктов</i>	6-88
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-24
ЭЦ-943, Б-31, Ж-37, У-117, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-5, На-3839, К-373, Са-123, Mg-130, P-272, Fe-6			117
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, На-732, К-346, Са-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/25/10	<i>Щи из св капусты с цыпленком, сметаной</i>	32-59
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200/20	<i>Рис припущенный с овощами с огури.конс.</i>	31-05
ЭЦ-232, Б-13, Ж-13, У-16, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-2591, К-67, Са-33, Mg-8, P-26, Fe-1	.075/50	<i>Шницель мясной с соусом</i>	62-24
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	<i>Компот из сухофруктов</i>	6-88
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-24
ЭЦ-903, Б-26, Ж-34, У-123, Вит.А-3, Вит.С-35, Вит.РР-6, На-4254, К-585, Са-145, Mg-98, P-276, Fe-4			135
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	28-41
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	20-69
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	<i>Пироженое Тими</i>	17-92
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-24
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-585, К-277, Са-43, Mg-20, P-65, Fe-1	.200/20/10	<i>Щи из св капусты с цыпленком, сметаной</i>	28-74
ЭЦ-516, Б-22, Ж-32, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-3, На-1509, К-239, Са-53, Mg-95, P-169, Fe-4	.053/53	<i>Бифстроганов</i>	90-28
ЭЦ-230, Б-6, Ж-5, У-39, Вит.РР-1, На-2170, К-70, Са-32, Mg-10, P-54, Fe-1	.160	<i>Макаронные изделия отварные</i>	17-60
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	<i>Компот из сухофруктов</i>	6-88
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-24
ЭЦ-1679, Б-50, Ж-61, У-224, Вит.А-2, Вит.С-28, Вит.РР-7, На-5067, К-971, Са-415, Mg-182, P-538, Fe-7			215
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/20	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	31-81
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/15	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	39-34
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	20-69
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	<i>Пироженое Тими</i>	17-92
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-24
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, На-732, К-346, Са-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/25/10	<i>Щи из св капусты с цыпленком, сметаной</i>	32-59
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200/20	<i>Рис припущенный с овощами с огури.конс.</i>	31-05
ЭЦ-232, Б-13, Ж-13, У-16, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-2591, К-67, Са-33, Mg-8, P-26, Fe-1	.075/50	<i>Шницель мясной с соусом</i>	62-24
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	<i>Компот из сухофруктов</i>	6-88
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-24
ЭЦ-1719, Б-44, Ж-64, У-239, Вит.А-3, Вит.С-38, Вит.РР-6, На-5007, К-944, Са-427, Mg-134, P-503, Fe-4			247
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	<i>Каша манная с маслом сливочным</i>	29-90
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-95
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	<i>Пироженое Тими</i>	17-92
ЭЦ-153, Б-4, Ж-1, У-30, Вит.РР-1, На-245, К-56, Са-10, Mg-7, P-39, Fe-1	.052	<i>Булка формовая</i>	3-23
ЭЦ-640, Б-16, Ж-15, У-108, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-709, К-357, Са-207, Mg-40, P-221, Fe-3			60

Руководитель

Зав.производством